

## Los Problemas de las Gimnasias

### *The problems of Gymnastics*

**Viviana Bulus Rossini**

Universidad Nacional de La Plata (Argentina)  
viviana8102@hotmail.com

**Marcelo Husson**

Universidad Nacional de La Plata (Argentina)  
marcelohuson@yahoo.com.ar

### **Resumen**

Este artículo se propone sintetizar las principales ideas de las ponencias presentadas en la Mesa de Trabajo “Los problemas de las Gimnasias” que se desarrolló en el marco del 9º Congreso Argentino y 4º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias realizado en la Universidad Nacional de La Plata en junio de 2011.

Todas ellas coinciden en pensar a la Gimnasia como parte fundamental de una Educación Corporal que se proponga transmitir aquellos saberes corporales culturalmente significativos que sirvan de herramientas para el conocimiento, el cuidado y la autogestión del propio cuerpo.

A partir de estos puntos de coincidencia cada ponencia se expresa en su especificidad: ya sea desde la investigación y el análisis de los textos de divulgación y académicos, de los discursos de profesores, alumnos y practicantes; desde el análisis crítico del campo gímnic actual; desde propuestas bien concretas de trabajo de las gimnasias, en este caso la gimnasia aeróbica, la gimnasia funcional, el Método Pilates, o la gimnasia en el Profesorado en Educación Física con proyección en la gimnasia escolar.

### **Palabras clave**

Gimnasias actuales; Educación Corporal; Discursos Gímnicos;  
Mercado de consumo; Cuerpo; Simulación en Pilates.



## Abstract

This article aims to synthesize the main ideas of the papers presented at the Workshop “The problems of Gymnastics,” which was developed in the framework of 9<sup>th</sup> Argentine and 4<sup>th</sup> Latin American Congress of Physical Education and Sciences held in the National University of La Plata in June 2011.

All of them agree in thinking of Gymnastics as a fundamental part of a Body Education that aims at transmitting culturally significant knowledge of the body which help as tool for knowledge, care and self-management of the body.

From these points of agreement, each author develops its specific gymnastics topic: either from research and analysis of public outreach and academic texts, the discourse of teachers, students and trainees, or the critical analysis of current gymnastics field; also from concrete proposals of work in gymnastics, in this case, aerobics, functional gymnastics, Pilates Method or gymnastics in a Physical Education career projected towards school gymnastics.

## Key words

Current Gymnastics; Body Education; Gymnastics Speeches;  
Consumer Market; Body; Pilates simulation.

En el marco del 9° Congreso Argentino y 4° Latinoamericano de Educación Física y Ciencias realizado en la Universidad Nacional de La Plata en junio de 2011, se desarrolló la mesa de trabajo *Los problemas de las gimnasias*, con la presentación de seis ponencias a cargo de profesores de educación física de la UNLP. Todas ellas coinciden en la forma de pensar a la gimnasia; no como una suma de técnicas y movimientos a ser repetidos, sin análisis, sin reflexión, sino como parte de una Educación Corporal, que además de reconocer las características de sistematicidad e intención de la gimnasia, le agregan a esta configuración de movimientos un carácter educativo.

Concebir así a la gimnasia implica una transmisión de saberes corporales culturalmente significativos, para brindar herramientas para el conocimiento, el cuidado y la autogestión corporal.

A partir de estos puntos de coincidencia cada ponencia se expone en su especificidad: ya sea desde la investigación y el análisis de los textos de divulgación y académicos, de los discursos de profesores, alumnos y practicantes; desde el análisis crítico del campo gímico actual; desde propuestas bien concretas de trabajo de las gimnasias, en este caso la gimnasia aeróbica, la gimnasia funcional, el método Pilates, o la gimnasia en el Profesorado en Educación Física con proyección en la gimnasia escolar.

Así se han planteado algunos de los problemas de las gimnasias, que es el tema que convocó a esta mesa de trabajo.

El profesor Marcelo Giles desarrolló el estado del Proyecto de investigación *Los discursos de las prácticas corporales*, en el área de gimnasia. Como director de este proyecto, enmarcado dentro del Plan de Incentivos a la Investigación de la Nación, radicado en el CIMeCS<sup>1</sup>, IdHICS<sup>2</sup>, FaHCE<sup>3</sup> y pertenecientes al GEEC<sup>4</sup>, realizó una aproximación al trabajo de campo.

Algunos de los relevamientos preliminares del proyecto han dejado entrever que la gimnasia a nivel escolar se ha reducido a su versión deportiva o a una práctica corporal más cercana a un armado y exhibición de coreografías musicales; en cambio, la gimnasia practicada por fuera del sistema educativo ocupa un espacio del saber ligado a grandes empresas productoras de sistemas cerrados de movimiento con música.

Como direcciones centrales de la investigación este proyecto se propuso: 1) revisar las formas teóricas, epistemológicas y metodológicas con que se ha investigado a la gimnasia (ya realizadas y en curso); 2) revisar los textos académicos y de divulgación que circulan en la formación y en los sectores especializados de la gimnasia, poniendo la mirada sobre los planes de estudio y programas que se utilizan hoy en la formación inicial; 3) obtener los discursos de los que enseñan gimnasia a los futuros profesionales del área.

Actualmente este proyecto se encuentra indagando el lugar que ocupa la gimnasia en los Profesorados de Educación Física de la provincia de Buenos Aires; para ello se han relevado los Planes de Estudios de los mencionados profesorados, encontrando los investigadores dificultad en la obtención de los mencionados documentos que debieran ser de acceso público. Y en lo concerniente al aspecto metodológico próximamente el grupo realizará como tareas de campo entrevistas a profesores de distintas instituciones dedicadas a la formación de Profesores y Licenciados en Educación Física; esta etapa se completará con la realización de Grupos de Discusión que tendrán el beneficio de permitir y favorecer la circulación de los sentidos sociales que los profesores le dan a sus prácticas.

La profesora Julieta Díaz comienza por conceptualizar la gimnasia, y coincidiendo con la ponencia anterior la define como una configuración de movimientos cuya lógica particular le permite instrumentar todo tipo de movimientos de manera sistemática e intencional para lograr aprendizajes o efectos corporales y/o motrices que mejoren la relación con el propio cuerpo, el propio movimiento, el medio y los demás. Esta concepción de la gimnasia la sitúa como una práctica corporal que supera la visión que sobre ella se ha

---

<sup>1</sup> Centro Interdisciplinario de Metodologías de las Ciencias Sociales.

<sup>2</sup> Instituto de Investigaciones en Humanidades y Ciencias Sociales.

<sup>3</sup> Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación.

<sup>4</sup> Grupo de Estudios en Educación Corporal

instaurado en ciertos ámbitos escolares que la posiciona como un mero “Agente” de la Educación Física que justifica su práctica en el desarrollo de las capacidades corporales. La autora problematiza estas representaciones que la perciben como mero agente de la Educación Física destinada a la entrada en calor o al desarrollo de las capacidades corporales, al castigo, a prácticas repetitivas y aburridas, que circulan naturalizándose y regulando sus prácticas. Y a partir de aquí propone una Gimnasia en el ámbito escolar que se transmite a los estudiantes como un contenido educativo y que incluye el aprendizaje del propio cuerpo, el de la postura, las habilidades y las destrezas, y el de las capacidades corporales (no sólo las formas de entrenarlas), todas las cuales confluyen en un propósito principal: construir una relación inteligente con el propio cuerpo en la acción. Por ello, rescata el concepto de la Gimnasia Síntesis acuñado por el profesor Mariano Giraldes que permite adecuar la propuesta de la clase a los intereses y necesidades de los alumnos. Desde esta perspectiva rescata la importancia de considerar el placer que genere en los aprendices el moverse a partir de la incorporación de actividades lúdicas en la clase de Gimnasia en una práctica corporal que supere la moda o los dictados del mercado.

La profesora María Emilia Napolitano realiza una revisión del nacimiento del aeróbics en América. Y profundiza sobre la entrada y permanencia de la gimnasia aeróbica en el mercado de consumo, con su propio merchandising y publicidad que comercializa productos derivados, remarcando su papel remunerativo fuera del ámbito educativo. La autora prosigue con un análisis de los discursos que circulan en esta práctica comercial para poder rastrear su propia sombra y realizar interpretaciones, analizar hechos y rupturas.

El análisis del Aeróbics se abordó seleccionando ciertos discursos y conceptos a partir de la realización de entrevistas semi-estructuradas a usuarios de los “sistemas” que permitieron encontrar conceptos que se han incorporado, que se repiten y atraviesan el cuerpo.

A modo de cierre provisorio la profesora Napolitano afirma que las prácticas de la gimnasia aeróbica necesitan de investigación ya que cuando se habla de la misma no se sabe de dónde provienen ciertos discursos que aparecen y configuran el cuerpo de los practicantes.

La profesora Laura Pagola define a la gimnasia como una configuración de movimientos que se caracteriza por los principios de la sistematicidad y la intencionalidad, y pondera la valoración de la gimnasia no sólo desde las adaptaciones funcionales que genera sino desde su valor cultural e histórico-político.

Plantea la enseñanza de la gimnasia desde las diferentes corrientes que la componen y observa que este rastreo histórico de sus técnicas y movimientos evidencia continuidades y rupturas sobre las formas de entender el cuerpo.

Propone construir la clase desde el concepto de la “Integralidad” de la

Gimnasia Sueca, en donde todos los sistemas y funciones deben ser ejercitados utilizando ejercicios sintéticos y analíticos en el trabajo de la fuerza muscular; en la resistencia aeróbica propone el abordaje de diversas técnicas que proceden de las diferentes corrientes o sistemas de la gimnasia.

Específicamente propone utilizar en los ejercicios de fuerza “La Teoría de los Desequilibrios Musculares” de Vladimir Janda y el entrenamiento de los músculos estabilizadores organizando la rutina de entrenamiento en las cadenas musculares de Souchard, procurando involucrar la mayor cantidad de núcleos articulares en cada ejercitación, afectando la propiocepción y la coordinación neuromuscular

En la Flexibilidad Corporal propone considerar los Estiramientos Activos, Pasivos y la combinación de ambos en la clase, como también los “Estiramientos Facilitados” y las técnicas basadas en el “Estiramiento Global Activo” destacando el importante papel de la estabilidad pélvica en los ejercicios de estiramiento.

El profesor Ezequiel Cambor y la licenciada Erica Jocano presentan en sus dos ponencias enfoques referidos al uso de soportes tecnológicos como herramientas en los cursos que forman futuros instructores del Método Pilates.

Para ello proponen la construcción de un simulador que organiza y agrupa información en torno a las siguientes claves: Pilates, enseñanza, historia, máquinas, *Reformer*, *mat* (colchoneta), ejercicios correctos, poblaciones especiales, deportes, danza. A través de la simulación se sitúa al estudiante en un contexto que imita ciertos aspectos de la clase y se le plantean situaciones o interrogantes similares a los que deberá enfrentar en una clase real. La simulación como recurso es un factor que integra y organiza el proceso.

El programa evalúa la coherencia de la clase con los objetivos, las posibles lesiones o consecuencias que surgen de la mala elección de los componentes de la clase; y el conocimiento teórico/práctico del usuario al responder las preguntas del practicante simulado.

El valor de la aplicación del recurso reside en la práctica de construcción de clases y en la acumulación de experiencias de respuestas inmediatas que deben ser aprendidas, especialmente en las primeras etapas de formación de un instructor del método.

El segundo recurso tecnológico que proponen los autores es la utilización de una Página Web que pretende emular los procesos involucrados en las decisiones de construcción de una clase de Pilates. El objetivo de la misma es proporcionar instancias prácticas de toma de decisiones y herramientas de nivelación de conocimientos, además de evaluar conocimientos adquiridos.

La navegación por la actividad permite contribuir al aprendizaje por descubrimiento, poner en juego la intuición y la flexibilidad en la resolución del

problema de diseñar la clase, cambiar estrategias de respuesta y respetar los ritmos individuales de aprendizaje.

En el espacio de intercambio entre ponentes y preguntas de los asistentes surgió la inquietud acerca de cómo se piensa al sujeto en las prácticas gímnicas antes mencionadas. Para el profesor Marcelo Giles pensar un sujeto distinto supone pensar tanto al maestro como al que aprende. En este sentido su posición es contraria a la forma en que la Educación Física ha pensado al individuo, a la persona, al ciudadano, como un ser aislado, natural, único, completo, integral, características que se le han dado tanto al que aprende como al que enseña. Él prefiere pensarlo, escindido, inconsciente, con deseos diversos, con deseos de otros, ya que el deseo no nace de adentro de cada uno de nosotros; nace del otro. La profesora Emilia Napolitano afirma, respecto de la gimnasia aeróbica y del *fitness*, que el sujeto está anulado y que el cliente no. Estas gimnasias configuran sus prácticas para anular al sujeto, de forma tal que el cliente siempre quiera volver a la misma clase.

En relación con el uso de tecnologías expuesto en esta mesa de trabajo, surgió el debate acerca de si la utilización de estas herramientas prescinde o no del profesor. El profesor Ezequiel Cambor afirmó que no se prescinde del profesor, sino que se agregan instancias de prácticas mediadas. Ahora la información circula de otra forma y uno puede construir una toma de decisiones, con una serie de datos que lo que hacen es simular lo que podría preguntar un alumno, y en función de las decisiones que uno toma cuando enseña, cómo construye sus clases, cómo las planifica en general. Esto es algo que acompaña pero no reemplaza a la relación entre el profesor y el alumno.

Todas las ponencias pueden encontrarse en las Actas del 9º Congreso Argentino y 4º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias (Memoria Académica FAHCE-UNLP), como así también las preguntas, respuestas e intercambios que se generaron en función de lo expuesto.

Ponencia presentada en *9º Congreso Argentino y 4º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias, FaHCE-UNLP, La Plata*

## **Bibliografía**

- Cambor, E.; Jocano, E. (2011) “La simulación de elaboración de clases como recurso de enseñanza del Método Pilates” ponencia presentada en *9º Congreso Argentino y 4º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias, FaHCE-UNLP, La Plata*
- Cambor, E.; Jocano, E. (2011) “Utilización de una Página Web para la enseñanza del Método Pilates”, ponencia presentada en *9º Congreso Argentino y 4º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias, FaHCE-UNLP, La Plata*

- Díaz, J. (2011) “Gimnasia: Construyendo nuevas representaciones que posibiliten repensar sus prácticas”, ponencia presentada en *9º Congreso Argentino y 4º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias, FaHCE-UNLP*, La Plata
- Giles, M., Lugiërcho, S., Bulus Rossini, V., Husson, M., Sampietro, N. (2011) “*Los discursos de las prácticas corporales: una aproximación al trabajo de campo*”, ponencia presentada en *9º Congreso Argentino y 4º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias, FaHCE-UNLP*, La Plata
- Napolitano, M.E. (2011) “Epistemología de los entrenamientos que duelen: La Gimnasia Aeróbica”, ponencia presentada en *9º Congreso Argentino y 4º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias, FaHCE-UNLP*, La Plata
- Pagola, L. (2011) “Una propuesta de Gimnasia Funcional”, ponencia presentada en *9º Congreso Argentino y 4º Latinoamericano de Educación Física y Ciencias, FaHCE-UNLP*, La Plata